

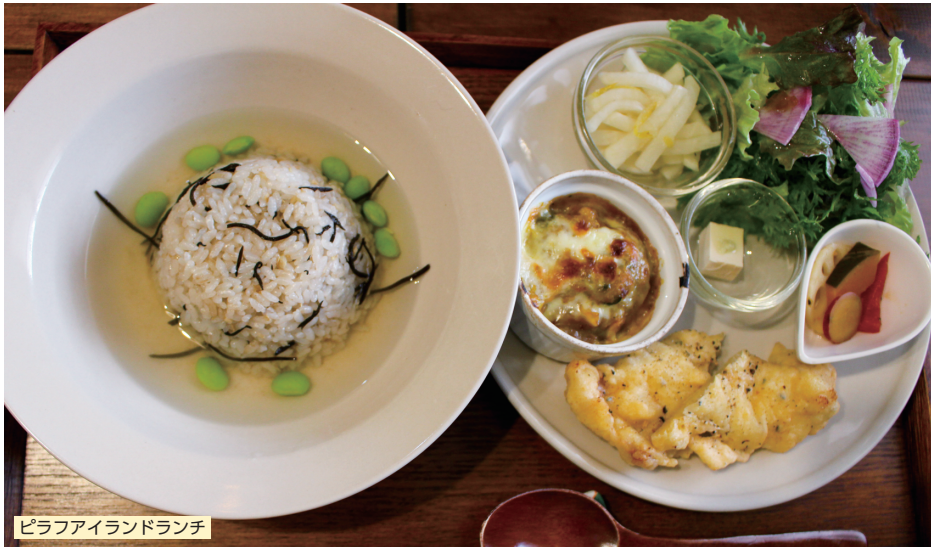


139食目

●今月のお店

## カフェ ツバメ

隠れ家カフェで体を内側からポカポカに♪



ピラフアイランドランチ



気まぐれカレー



今日のスープランチ



今回ご紹介するのは広畑にある「カフェ ツバメ」さん。ディスプレイデザイナーの仕事もしているという代表の三浦さんがレイアウトした店内は、手作り感のある家具に囲まれ、とっても落ち着く空間で、時間がゆっくりと流れているような感覚になります。

ランチメニューの中で「ピラフアイランドランチ」(税抜1,000円)をオーダーしました。生姜ヒジキご飯 和風ジェルスープは、体の内側から温まる優しい味の一品です。おかずプレートは、鶏ムネのハーブフリッター、大根のユズ漬、カボチャのカレーココット、塩豆腐、ピクルス、サラダと彩りが豊かなプレートでお腹がいっぱい♪食材は三浦さんご自身が栽培しているものを使用しているため、メニューの内容は三浦さんの畑の状況に合わせて変化します。同じランチでも、タイミングによって違った料理がお楽しみいただけます。

他には、「気まぐれカレー」(税抜900円)も人気メニューです。この日は、豚とフルーツのカレーで、柿、りんご、パイナップル、ベリーなどの豊富なフルーツを使用し、家庭では味わうことのできない、甘くて辛いカレーです。多種多様なスパイスを使っていますが、辛いカレーが苦手な方でもおいしく味わえる辛さに調整しているそうです。また、この日の「今日のスープランチ」(税抜1,000円)は大根、酒粕、手作り味噌のポタージュで、体がポカポカしてくるのが分かるのでオススメです!

カフェ ツバメさんでは、食材の個性を活かし、食材の味にマッチした料理を考案しています。体を温め、健康に食べられる料理を新しいカタチで提供します。お気に入りのメニューを見つけてみてください♪また、テイクアウトもスタートし、既存ランチをお弁当としてだけでなく、お惣菜パック等の単品メニューも税込200円からご用意しています。安心素材と一手間かけた自慢の健康ご飯をお持ち帰りくださいませ。

## デザートもOKAWARI

ランチにプラスできる「ドリンク&デザートセット」(税抜400円)は、リンゴとサツマイモのケーキ、アイス、ローズヒップとユズのゼリーとドリンクがセットになり、美味しいと定評のコーヒーが運ばれてきます。ゼリーには市内介護食品メーカーの高齢者向け「ゼリー剤」を使用し、舌触り良く、少し酸味のある初めての味で、さっぱりとした後味が最高です。



### Shop Information

#### カフェ ツバメ

〒671-1121 姫路市広畑区東新町3-146-10-102

TEL 080-9473-5500

営業時間 11:30~15:00(L.O. 14:00)

定休日 木曜日・金曜日

facebook @cafetubame1

日々の生活の疲れを癒す  
「カフェ ツバメ」さん、  
ごちそうさまでした!

